



44

Spar-Tipps für Ihr Zuhause



Wir für das Klima

Liebe Öcherinnen und Öcher,

in diesen Zeiten stellen sich die Menschen viele Fragen rund um eine sichere Energieversorgung. Die mediale Aufmerksamkeit und die Spekulationen um Preise und Lieferengpässe waren noch nie so präsent wie heute. Wir können Ihnen versichern, dass wir alles dafür tun, dass Energie weiter zuverlässig in Ihr Haus kommt. Denn neben kurzfristigen Maßnahmen sind wir auch schon seit vielen Jahren erfolgreich in Sachen Energieeffizienz und modernen Wärmelösungen unterwegs. Wir haben auch schon viel erreicht: So z. B. mit dem Ausbau der erneuerbaren Energien, die nicht nur ein wichtiger Beitrag zum Klimaschutz sind, sondern auch für eine größere Unabhängigkeit sorgen.

Aber nicht nur wir tun viel, auch Sie können etwas tun. Sie können die Umwelt und Ihren Geldbeutel entlasten sowie Ihren Teil zur Versorgungssicherheit beitragen. Denn es gibt viele Möglichkeiten, unkompliziert und ohne große Investitionen Energie zu sparen. In dieser Broschüre finden Sie viele Tipps und Hinweise. Gemeinsam können wir diese schweren Zeiten meistern.

Ihr Dr. Christian Becker und Wilfried Ullrich



Sparsam heizen

Sie sparen Geld, wenn Sie die Heizung richtig einstellen. Je wärmer der Heizkörper, desto teurer die Rechnung für die Heizung.



1. Tipp – Beim Lüften – Heizung ausschalten

Machen Sie die Heizung aus, wenn Sie das Fenster öffnen.

2. Tipp – Wäsche nicht auf der Heizung trocknen

Legen Sie keine Kleidung auf die Heizung.

3. Tipp – Keine Gegenstände vor der Heizung

Stellen Sie die Möbel nicht nah vor die Heizung. Gardinen sollen nicht vor der Heizung hängen.



Temperatur-Empfehlungen:

- ✓ **Schlafzimmer:** Stufe 2–3, 16–18 °C
- ✓ **Küche:** Stufe 2–3, 18 °C
- ✓ **Bad:** Stufe: 3–4, 21–24 °C
(wenn Sie im Raum sind)
- ✓ **Wohnzimmer, Kinderzimmer, Arbeitszimmer:** Stufe 3–4, 20–21 °C

Wasser sparen

Sowohl in der Küche als auch im Badezimmer können Sie täglich Wasser sparen. Wir helfen Ihnen mit den richtigen Tipps.



1. Tipp – Geschirr spülen

Spülen Sie im Becken. Warmes Wasser ist teuer. Im Becken brauchen Sie wenig Wasser. So sparen Sie Geld!

2. Tipp – Duschen

Duschen Sie nur 5 Minuten. Kurzes Duschen ist günstig, Baden ist teuer.

3. Tipp – Rasieren und Zähne putzen

Das Wasser sollte nicht laufen, wenn Sie sich rasieren oder Zähne putzen.



Schmeißen Sie Ihr Geld nicht zum Fenster raus – 5 Spar-Tipps für das Wohnzimmer



1. Tipp – Energiesparlampen

Auch wenn Energiesparlampen und LEDs in der Anschaffung teurer als andere Leuchtmittel sind, wird dies durch ihre enorme Energieersparnis und ihre bis zu 10-mal längere Lebensdauer ausgeglichen.



2. Tipp – Bildschirmschoner

Stellen Sie – anstelle des Bildschirmschoners – einen automatischen Standby-Modus nach 10-15 Minuten Abwesenheit ein. Auch bei farbigen, bewegten Bildern verbraucht Ihr PC mehr Strom.



3. Tipp – Schaltbare Steckdosen

Unnötige Kosten für Strom können Sie einsparen, indem Sie die Stecker ziehen. Bequemer geht das natürlich mit schaltbaren Steckdosen! Beim Umlegen des Schalters werden die Geräte vom Stromnetz getrennt.



4. Tipp – Laptop

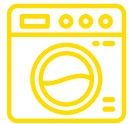
Ein energieeffizienter Laptop braucht nur maximal 15 Watt. Ein energieeffizienter PC hingegen verbraucht rund 60 Watt während der Betriebszeit.



5. Tipp – Schein-Ausschalter

Achten Sie beim Neukauf eines Fernsehers darauf, dass dieser einen Netzschalter besitzt. Denn selbst wenn Sie den Ausschalter am Gerät gedrückt haben, verbrauchen viele Fernseher noch weiterhin Strom.

Werfen Sie Ihr Geld nicht ins Wasser – 4 Spar-Tipps für das Badezimmer



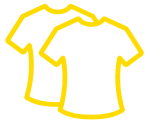
1. Tipp – Kein Vorwaschgang

Wenn Sie sich den Vorwaschgang sparen, sparen Sie gleichzeitig auch Kosten! Bei stark verschmutzter Wäsche bietet es sich an, sie vor dem Waschen vorzubehandeln oder einzuweichen.



2. Tipp – Mit 60 °C waschen

Waschmaschinen verwenden etwa zwei Drittel der Energie zum Erhitzen des Wassers. Wenn Sie anstatt auf 90 °C die Kochwäsche auf 60 °C waschen, lässt sich am meisten Strom sparen.



3. Tipp – Richtig beladen

Der Stromverbrauch pro Waschgang bleibt immer der gleiche. Wenn Sie also Strom sparen wollen, sollten Sie darauf achten, die Waschmaschine richtig zu beladen. Informationen zu der genauen Menge finden Sie in dem Handbuch Ihrer Waschmaschine.



4. Tipp – Warmwasserbereitung

Sie sollten Ihren Durchlauferhitzer überprüfen, wenn Ihre Warmwasserbereitung elektrisch funktioniert. Sie können Stromkosten senken, indem Sie Spararmaturen oder nachrüstbare Durchflussbegrenzer nutzen. Diese helfen, beim Duschen Wasser zu sparen.

Verbraten Sie Ihr Geld nicht – 5 Spar-Tipps für die Küche



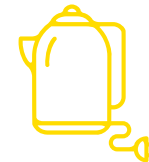
1. Tipp – Deckel drauf

Wenn Sie den Deckel auf Topf und Pfanne setzen, sparen Sie beim Kochen bis zu drei Viertel des Energieverbrauchs ein, da die Wärme nicht nach oben entweicht. Der Topf sollte so groß sein wie die Kochplatte und möglichst nicht wackeln.



2. Tipp – Restwärme nutzen

Mit der Restwärme von Herd und Backofen lässt es sich wunderbar kochen. Schalten Sie den Backofen und die Kochplatten ungefähr fünf Minuten vor Ende der Koch- bzw. Backzeit ab.



3. Tipp – Elektrogeräte

Elektrogeräte in der Küche können die großen Einbaugeräte energiesparend unterstützen. Zum Beispiel können Sie Brötchen auf dem Toaster aufbacken oder Wasser im Wasserkocher erhitzen, so sparen Sie viel Strom und müssen nicht immer den Herd nutzen.



4. Tipp – Auftauen im Kühlschrank

Wenn Sie Gefrorenes im Kühlschrank anstatt in Topf, Ofen oder Mikrowelle auftauen, wird der Kühlschrank von innen zusätzlich gekühlt. Warme Speisen gehören nicht in den Kühlschrank!

5. Tipp – Kühlschrank-Temperatur erhöhen

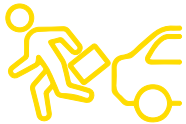
Eine höhere Innentemperatur im Kühlschrank bedeutet weniger Stromverbrauch. Als Beispiel: Wenn Sie die Temperatur auf 7 °C anstatt auf 5 °C einstellen, sparen Sie etwa 12 % Stromkosten. PS: Durch regelmäßiges Abtauen und Kontrollieren der Türdichtungen kann der Kühlschrank leichter eine konstante Temperatur halten.

Wie Sie Geld, Nerven und Strom sparen – 6 Spar-Tipps für den Arbeitsweg



1. Tipp – Fahrgemeinschaft

Fahrgemeinschaften bilden ist nicht nur gut für die Umwelt, sondern zahlt sich auch finanziell aus: Bei einem fünf Kilometer langen Arbeitsweg können Sie rund 120 Euro pro Jahr sparen. Bei einem Arbeitsweg von fünf Kilometern pro Strecke können Sie durch Mitfahrgelegenheit bis zu 255 kg CO₂ vermeiden.



2. Tipp – Gepäck ausladen

Der Kraftstoffverbrauch durch unnötiges Gewicht oder Luftwiderstand erhöht sich schnell um einige Liter. Wenn Sie Ihr Auto um 50 Kilo entlasten, können sie bei 15.000 km im Jahr schon 50 Liter Treibstoff sparen – und 120 kg CO₂ vermeiden!

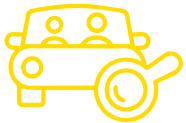


3. Tipp – Mit dem Rad zur Arbeit

Drei Gründe:

1. Keine lange Parkplatzsuche.
2. Klimafreundliche Fortbewegung.
3. Gratis Fitnessprogramm.

Bei einem Weg von 5 km vermeiden Sie jährlich 425 kg CO₂.



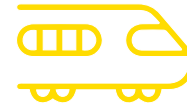
4. Tipp – Optimaler Reifendruck

Wenn der Reifendruck beispielsweise 0,5 bar zu niedrig ist, erhöht sich der Kraftstoffverbrauch bereits um rund fünf Prozent. Im Jahr summiert sich das auf einen Ausstoß von bis zu 140 kg CO₂. Durch diesen übermäßigen Reifenverschleiß und unnötigen Kraftstoffverbrauch werden Mehrkosten von etwa 90 Euro im Jahr verursacht.



5. Tipp – Carsharing nutzen

Wenn Sie nur ab und an ein Auto benötigen, dann ist Carsharing genau das Richtige für Sie! Meistens werden beim Carsharing auch sehr neue Autos eingesetzt, die meistens weniger Kraftstoff verbrauchen. Das bedeutet weniger Geld fürs Tanken und gleichzeitig weniger CO₂-Ausstoß.

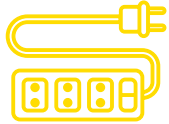


6. Tipp – Bahn fahren

Mit einer Klimabilanz von 2.300 kg CO₂ kommt man per Flugzeug gerade mal von Rom nach New York – mit der Bahn könnte man damit schon einmal um die Welt fahren. Dank Angeboten, BahnCard und Frühbucherrabatten kann Bahnfahren unschlagbar günstig sein.



Nicht nur in den eigenen vier Wänden kann man sparen – 6 Spar-Tipps für das Büro



1. Tipp – Fußschalter

Es ist sinnvoll, ungenutzte Geräte in den Stand-by-Modus zu versetzen oder ganz auszuschalten. Damit Sie nicht umständlich unter den Schreibtisch krabbeln müssen, gibt es Steckdosenleisten mit Fußschalter.



2. Tipp – Kombigeräte

Mit einem Kombigerät, welches über WLAN im Netzwerk freigegeben werden kann, können Sie das Gerät mit anderen Mitarbeitenden teilen. So wird Platz und Energie gespart, denn so sind Drucker, Kopierer, Scanner und Fax in einem. Denken Sie immer daran, Texte im Schwarz-Weiß-Modus auszudrucken.



3. Tipp – LED-Leuchtmittel

Eine LED-Lampe benötigt bis zu 90 % weniger Energie als eine Glühbirne. Wenn das Tageslicht zum Arbeiten ausreicht, können Sie das Licht ausschalten.



4. Tipp – Monitore

Passen Sie die Helligkeit ihres Bildschirms an das Umgebungslicht an! Ungefähr 25 Prozent dunkler bedeutet ca. 15 % weniger Strom – und das sogar ohne Komfortverlust.



5. Tipp – Heizenergie & Wasser

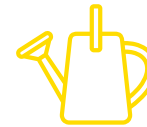
Sie sollten darauf achten, dass Türen und Fenster im Büro geschlossen sind, sobald die Heizung angemacht wird. So bleibt die erzeugte Wärme auch tatsächlich im Raum. Denken Sie daran, die Heizung runterzudrehen, sobald Sie Ihren Arbeitsplatz zum Feierabend verlassen.



6. Tipp – Videokonferenz

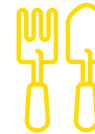
Treffen Sie sich per Videokonferenz, können teure An- und Abfahrten vermieden werden. So lässt sich im Team fast alles klimaneutral besprechen!

Ihr Geld wächst nicht auf Bäumen – 5 Spar-Tipps für den Garten



1. Tipp – Wasser sparen

Gießen Sie Ihre Blumen mit aufgefangenem Regenwasser.



2. Tipp – Kompost statt Dünger

Verzichten Sie auf Chemikalien und verwerten Sie Ihre Küchenabfälle.



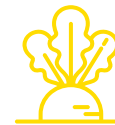
3. Tipp – Bienenfreundliche Pflanzen

Stärken Sie die Artenvielfalt! Besonders geeignet sind Kornblumen und Wiesensalbei.



4. Tipp – Nachhaltige Blumenerde

Nutzen Sie torf reduzierte Blumenerde. Die gibt es überall, wo es auch herkömmliche Erde gibt.



5. Tipp – Eigener Obst- & Gemüseanbau

So sparen Sie Müll und Geld und obendrein ist es lecker und gesund!

7 Spar-Tipps für einen nachhaltigen Urlaub



1. Tipp – Flüge vermeiden

Durch eine Flugreise kann mehr CO₂ produziert werden, als man sonst im ganzen Jahr erzeugt. Das Reisen mit der Bahn ist eine ökologische und grüne Alternative. Falls Sie sich dennoch für den Flieger entscheiden: Am besten möglichst lang am Urlaubsort bleiben.



2. Tipp – Nahe Reiseziele

Europa und Deutschland haben jede Menge schöne Orte zu bieten, an denen Sie viel entdecken können. Wenn man beispielsweise im ländlichen Raum nicht auf das Auto verzichten kann: Mitfahrgelegenheiten oder Carsharing nutzen.



3. Tipp – Wenig Gepäck

Schweres Gepäck sorgt für höheren Treibstoffverbrauch, sowohl im Flugzeug als auch bei der Fahrt mit dem Auto. Am besten ist es also, Sie packen nur so viel ein, wie Sie auch wirklich benötigen. Vorteil: Sie haben weniger zu tragen, auspacken und zu waschen!



4. Tipp – Bio buchen

Es gibt in der Vereinigung der Bio-Hotels mittlerweile fast 100 Hotels in Europa. Ein nachhaltiger Urlaub im Einklang mit der Natur ist gerade auf Bio-Bauernhöfen möglich. Besonders Familien mit Kindern können auf einem Bio-Bauernhof jede Menge erleben.



5. Tipp – ÖPNV oder Fahrräder

Gerade bei einer Rundreise, beispielsweise mit der Bahn, bekommt man einen viel besseren Eindruck von Land und Leuten und kann schnell neue Kontakte knüpfen. Statt mit einem Mietwagen können Sie auch mit öffentlichen Verkehrsmitteln oder Fahrrädern fahren.



6. Tipp – Klimaanlage

Stromsparen gehört zum nachhaltigen Tourismus dazu! Aber vor allem Ventilatoren oder Klimaanlage benötigen besonders viel Strom. Wenn sich die Benutzung wirklich nicht vermeiden lässt, sollten Sie beim Verlassen des Zimmers oder der Wohnung die Klimaanlage immer ausschalten.



7. Tipp – Wasser sparen

In südlichen Ländern sollten Sie besonders auf einen geringen Wasserverbrauch achten. Das heißt, nicht länger als nötig zu duschen und die Handtücher im Hotel nicht täglich waschen zu lassen. So senken Sie den Wasserverbrauch und die Wasserbelastung durch Waschmittel.



Weiterführende Tipps und Informationen finden Sie hier:

Beratungsinstitutionen

www.effeff.ac effeff.ac Das Effizienz-Netzwerk

www.verbraucherzentrale.nrw Verbraucherzentrale NRW

www.altbauplus.info Altbau plus e.V.

Weitere konkrete Tipps finden Sie hier:

www.energiewechsel.de Bundesministerium für Wirtschaft und Klimaschutz:
80 Millionen gemeinsam für Energiewechsel

Informationen zur aktuellen Lage finden Sie bei uns unter:

www.stawag.de/energiefragen



STAWAG –Stadt- und Städteregionswerke Aachen AG

Lombardenstraße 12–22

52070 Aachen

stawag.de

0241 181 - 1222

Wir für das Klima

 **STAWAG**